



その他の災害について知っておこう

02 災害に対する備え



雪害

大雪や暴風雪に備えて、十分な安全対策を行い、むやみに外出しないようにしましょう。

- ① 暴風雪が予想されるときは、不要不急の外出は避け、やむを得ず外出するときは、複数人で行動する。
- ② 送電線への着雪などで停電の可能性が高くなるので、十分な防寒具やポータブルストーブなどを準備する。
- ③ 雪下ろしの際には、転落やけがのないよう、十分注意しながら複数人で作業する。
- ④ 落雪や積雪により、玄関や窓などの避難口や暖房機の吸排気口がふさがれることがあるので、こまめに除雪して避難路を確保する。
- ⑤ 車を運転しているときは、無理せず、安全な場所に駐車し、天候の回復を待つ。窓を少し開け換気に注意して、マフラーが雪でふさがれないよう、こまめに除雪する。車にも万一の備えとして、防寒着、長靴、手袋、スコップ、けん引ロープや食料、飲料水を用意して、燃料や充電の残量を確認し、こまめに給油や充電をする。



火災

火災発見

- ① 「火事だー!」と大声で叫ぶ

119番通報

冷静に落ち着いて火災の状況を伝えましょう

初期消火

出火要因に応じて初期消火の仕方を理解する

避難

火や煙は想像以上の速さで広がるので、無理はせずに早く避難する

- ① 「火事です。」
- ② 「〇〇町〇〇丁目〇〇番地の〇〇です。」
- ③ 「〇〇が燃えています。」(詳しく)
- ④ 「目標物は〇〇〇の〇〇のそばです。」
※場所がわからない時は付近の人に聞く。
- ① 水や消火器がなければ、身近なもの(座布団や毛布など)を活用して一刻も早く消火する。
- ② 油に水を絶対に入れない。
- ③ 消火器は下から、水バケツは上からかけて消火する。
- ④ 電化製品からの出火は、プラグを抜くかブレーカーを切ってから消火する。
- ⑤ 油鍋に火が入ったり、ストーブから出火したら、3～5m離れて消火器で消火する。
- ⑥ 住宅内のカーテン、ふすま、障子などに火がついたら、上の方を目掛けて水をまく。
- ① 天井に火が燃え移ったら消火をあきらめ、速やかに避難する。
- ② 避難するときは、部屋の窓やドアを閉める。
- ③ 高齢者・障がい者・傷病者・乳幼児などを優先的に避難させる。
- ④ 服装や持ち物にこだわらず、できるだけ早く避難する。
- ⑤ 煙の中を逃げるときは、できるだけ姿勢を低くして、煙を吸わないようにハンカチなどで鼻・口をおおう。
- ⑥ いったん逃げ出したら再び火の中に戻らない。
- ⑦ 逃げ遅れた人がいるときは、近くの消防隊に知らせる。



落雷

遠くで雷の音がしたら、すでに危険な状況です。自分のいる場所にいつ落雷してもおかしくありません。雷は発達した積乱雲に伴って発生し、近くに高いものがあるとこれを通して落ちる傾向があります。大きな建物の中か、列車やバス、車の中に避難しましょう。

安全な場所

鉄筋コンクリート建築物、バス、列車、自動車(オープンカーを除く)

危険な場所

グラウンド、ゴルフ場、屋外プール、堤防や砂浜、海上などの開けた場所、山頂や尾根などの高いところ

落雷時の注意点

- 雷は積乱雲の位置次第でところを選ばずに落ちる。
- 開けた場所や、山頂や尾根などでは人に落雷しやすくなる。
- 木のそばにいれば、木に落ちた雷が人に飛び移ることがあるので、木のすべての幹、枝、葉から2m以上は必ず離れる。
- 避難するときは姿勢を低くし、持ち物は体より高く突き出さないようにする。
- 屋外に比べれば木造建築の内部は安全だが、すべての電気器具や天井・壁から1m以上離れるとさらに安全である。
- 雷の活動が止み、20分以上経過してから移動するようにする。



竜巻

竜巻は、短時間で大きな被害をもたらすことがあります。もし、近くで竜巻が発生するか、その予兆を感じたらすぐに避難してください。落雷、ひょうなどの雷注意報が出た場合にも竜巻に警戒してください。また、竜巻注意情報の発表から約1時間は警戒を怠らないようにしてください。

予兆とは、真っ黒な雲が近づいてくる、雷の音が聞こえる、ヒヤッとして冷たい風が吹いている

屋外にいたら...

- ① 近くの頑丈な建物に避難する。
- ② 避難できない場合は物陰やくぼみに身をふせる。
- ③ シャッターが開いていたら閉める。
- ④ 物置や車庫・プレハブ(仮設建築物)への避難は危険。



屋内では...

- ① 窓やカーテンを閉め、窓から離れる。
- ② 大きなガラス窓の下や周囲は大変危険。
- ③ 家の1階の窓のない部屋に移動する。
- ④ 頭から布団をかぶる、丈夫な机やテーブルの下に入るなど、身を小さくして頭と首を守る。



知っておきたい応急手当

小さな傷

- ① 傷口を水道水か石鹸水で洗い流す。
- ② 消毒液を塗り、ガーゼか救急ばんそうこうを貼る。

大きな傷

- ① 感染防止のためビニール袋を用い、傷口を清潔なガーゼなどで強く押さえて止血する。
- ② それでも止まらないときは、両手で体重を乗せながら圧迫止血し、急いで病院へ。
- ③ 手足を切断されるような大出血の時は、幅の広い止血帯を使って止血する。
- ④ 止血した時間をメモしておき、医師に報告する。

心臓マッサージ

- ① 胸の(上下・左右)の真ん中を目安に手を置き、もう一方の手を重ねる。
- ② 肘を伸ばして垂直に圧迫する。
※両手で胸が3～5cm沈むくらい圧迫。

骨折

- ① 折れた部分を副木などで固定する。
- ② 前腕や上腕部の骨折は、三角巾などを使って上下の関節が動かないように固定する。

やけど

- ① できるだけ早く水道水などの清潔な流水で十分に冷やす。
- ② 傷に勢いよく当てないようにする。
- ③ 衣服が皮膚にくっついていようなときは、無理にはがさないでそのまま冷やす。
- ④ 冷やしたあとは、清潔なガーゼなどでおう。薬を塗るのは禁物です。やけどがひどいときは急いで病院へ。

AED使い方

心臓の筋肉がけいれんを起こす「心室細動」を電気ショック(除細動)で正常な状態に戻す機器です。AEDは電源を入れると、機械から音声で操作手順の指示が出ますので、初めての人でも簡単に使用できます。また、電気ショックが必要かどうかの判断も自動で行い、必要がなければ指示を出さず、間違ってもボタンを押しても電気ショックは与えられません。※AED…自動体外式除細動器